



胸回り・肩周りの機能改善をめざす 音楽運動療法

(乳がん術後などのセルフケアサポート教材)



ペットボトル体操

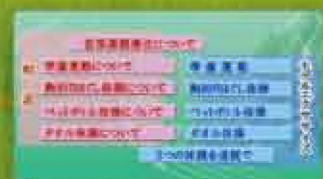
胸回りほぐし体操

タオル体操

指導・著作

昭和大学大学院 保健医療学研究科 教授

小口 江美子



メニュー画面



胸回りほぐし運動



タオル運動



ペットボトル体操

胸回り・肩周りの機能改善をめざす 音楽運動療法

(乳がん術後などのセルフケアサポート教材)

指導・著作: 小口 江美子 (昭和大学大学院 教授)

価格: 税込 21,000円 (本体 20,000円) / 49分

発売: 丸善出版株式会社 映像メディア部

協力: 昭和大学 保健医療学部

製作: 株式会社 教育広報社

このDVDは、乳がんの手術後約6か月を経過した患者さんや、その他何らかの理由で胸回りや肩周囲の症状があり、腕を動かしにくい方々を対象として、胸回りや肩周りをほぐし、その機能改善を助けるセルフケアのための体操「音楽運動療法」を紹介したものです。

音楽運動療法について解説した「総論」、運動を始めるに当たっての「注意事項」に続き、「準備運動」「胸回りほぐし体操」「ペットボトル体操」「タオル体操」について、モデルの動きに添いながら解説・指導をしています。

●このDVDは、授業使用及び学校図書館、公共図書館、企業等々での無償上映・館外貸出権をクリアしています。●このDVDを権利者に無断で複製したり、放映したりすることは法律で固く禁じられています。●再生時の操作方法等はご使用になるDVD対応プレーヤーの取扱説明書をご覧ください。

MARUZEN